



TAC TIC  
ANIMATION

# FORUM DU BIEN VIEILLIR CHEZ SOI ET SUR SON TERRITOIRE

3ème édition !

*Bien Vieillir, si on en parlait ?*



Le Jeudi 2 Décembre 2021

Dès 10h à la **Maison Familiale Rurale**  
Place de la demi lune 02260 LA CAPELLE

Pour les seniors, les jeunes retraités, les  
aidants et l'entourage, les professionnels...



Carsat  
Retraite & Santé  
au travail  
Hauts-de-France

ars  
Agence Régionale de Santé  
Hauts-de-France

RETRAITE COMPLÉMENTAIRE  
agirc-arrco

MUTUALITÉ  
FRANÇAISE  
HAUTS-DE-FRANCE

Agence  
nationale  
de l'habitat  
Anah

SECURITE SOCIALE  
L'Assurance  
Maladie

SECURITE SOCIALE  
L'Assurance  
Retraite

msa  
santé  
famille  
retraite  
services

L' AISNE  
CONSEIL DÉPARTEMENTAL

Avec le soutien de la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie

# AU PROGRAMME

Plus d'une trentaine de partenaires  
autour de 4 espaces:

## INFORMATIONS

Habitat

Accès au droit

Loisirs , bénévolat, lien social

Santé et soins

Perte d'autonomie

Précarité énergétique

Point conseil budget

Arrivée à la retraite

Dépistage organisé

Aide et maintien à domicile

Prévention routière



## EXPOSITIONS

Téléassistance

Matériel médical

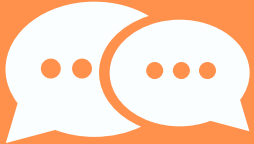
Prenons soin de ceux qui aident

Couture

## DISCUSSIONS

11h: Parlons fin de vie

*Association pour le droit de mourir  
dans la dignité*



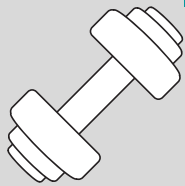
15h: La vie affective, sexuelle et le

Bien vieillir

*Jacquie De La Haye*

*Sexologue*

## ANIMATIONS



Gym douce

Massage du dos

Mise en beauté

Soins des mains & pieds

Soin du visage

Jeux de sociétés avec la Boîte aux étoiles

Repair café (venez avec votre ordinateur à réparer)



Sophrologie (11h30)

Prévention routière





# Gratuit et ouvert à tous

## **Pass Sanitaire obligatoire**

Le transport vers le forum est possible:  
Contactez nous pour en profiter!



**Inscriptions et Informations :**

**Tac Tic Animation**

**9 Rue Edouard Mambour 02260 LA CAPELLE**

**03.23.97.79.72**

**[www.tac-tic-animation.org](http://www.tac-tic-animation.org)**

